

## PENGARUH PEMBERIAN JUS ANANAS *COMOSUS* TERHADAP PENYEMBUHAN LUKA PERINEUM PADA IBU NIFAS HARI KE-3 HINGGA KE-7 DI UPTD PUSKESMAS KEMUNINGSARI KIDUL

**Erma Dyah Pramesti<sup>1\*</sup>, Widia Shofa Ilmiah<sup>2</sup>**

Institut Teknologi Sains dan Kesehatan (ITSK) RS dr. Soepraoen Malang<sup>1,2</sup>

*\*Corresponding Author : ermadyahpramesti@gmail.com*

### **ABSTRAK**

Masa nifas merupakan periode penting bagi ibu pascapersalinan yang rentan mengalami komplikasi, salah satunya luka perineum yang dapat menghambat proses penyembuhan dan meningkatkan risiko infeksi. Permasalahan utama dalam penelitian ini adalah efektivitas pemberian jus nanas (*Ananas comosus*) dalam mempercepat penyembuhan luka perineum pada ibu nifas hari ke 3–7 di UPTD Puskesmas Kemuningsari Kidul. Penelitian ini menggunakan desain quasi eksperimental dengan pendekatan two-group post-test only. Populasi penelitian adalah ibu nifas dengan luka perineum di Puskesmas Kemuningsari Kidul, dan sampel sebanyak 30 responden dipilih secara purposive sampling. Variabel bebas adalah pemberian jus nanas, sedangkan variabel terikat adalah kondisi penyembuhan luka perineum yang diukur menggunakan skala REEDA. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi kondisi luka pada hari ke-3 dan ke-7 pascapersalinan, kemudian dianalisis menggunakan uji chi-square. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kelompok yang diberikan jus nanas memiliki persentase luka kering sebesar 66,7%, lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol yang hanya diberikan air putih sebesar 40%. Uji statistik menunjukkan perbedaan signifikan antara kedua kelompok dengan nilai  $p = 0,037$ . Kesimpulan penelitian ini adalah pemberian jus nanas berpengaruh positif dalam mempercepat penyembuhan luka perineum pada ibu nifas hari ke 3–7. Oleh karena itu, jus nanas dapat dijadikan alternatif terapi nonfarmakologis yang efektif untuk mendukung proses penyembuhan luka perineum pada ibu nifas.

**Kata kunci** : bromelain, ibu nifas, jus nanas, luka perineum, penyembuhan luka

### **ABSTRACT**

*The postpartum period is a critical phase for mothers, who are vulnerable to complications such as perineal wounds that can delay healing and increase the risk of infection. This study aimed to evaluate the effectiveness of pineapple juice (*Ananas comosus*) in accelerating the healing of perineal wounds in postpartum mothers from day 3 to day 7 at UPTD Puskesmas Kemuningsari Kidul. A quasi-experimental design with a two-group post-test only approach was employed. The population consisted of postpartum mothers with perineal wounds at the health center, with a purposive sample of 30 respondents divided equally into intervention and control groups. The independent variable was the administration of pineapple juice, while the dependent variable was the condition of perineal wound healing, assessed using the REEDA scale. Data were collected through observation on days 3 and 7 postpartum and analyzed using the chi-square test. Results indicated that 66.7% of mothers in the pineapple juice group exhibited dry (healed) wounds, compared to 40% in the control group receiving plain water. Statistical analysis revealed a significant difference between groups ( $p = 0.037$ ). The findings suggest that pineapple juice, rich in bromelain enzyme, positively influences perineal wound healing by exerting anti-inflammatory and proteolytic effects. Therefore, pineapple juice can be considered an effective non-pharmacological therapy to support wound healing in postpartum mothers.*

**Keywords** : *pineapple juice, perineal wound, postpartum mother, wound healing, bromelain*

### **PENDAHULUAN**

Masa nifas merupakan periode krusial yang membutuhkan perhatian khusus karena berbagai komplikasi dapat terjadi, salah satunya adalah sub involusi uterus yang dapat menghambat proses pemulihan normal setelah persalinan. Masa nifas atau *puerperium* adalah

periode yang dimulai setelah keluarnya plasenta dan berakhir ketika organ reproduksi kembali ke kondisi sebelum kehamilan, yang berlangsung selama sekitar enam minggu atau 40 hari. Dengan kata lain, masa puerperium merupakan masa pemulihan setelah melahirkan, di mana tubuh ibu mengalami proses kembalinya fungsi dan bentuk alat reproduksi seperti sebelum hamil (Lamdayani et al., 2022).

Data menunjukkan bahwa sekitar 2,7 juta kasus luka perineum terjadi pada ibu yang melahirkan, dan jumlah tersebut diperkirakan akan meningkat hingga mencapai 6,3 juta kasus pada tahun 2050. Selain itu, angka kematian ibu juga mengalami peningkatan dalam dua tahun terakhir, dari 79 kasus pada tahun 2019 menjadi 92 kasus pada tahun 2020. Kenaikan tren ini menandakan perlunya perhatian yang lebih serius dalam upaya pencegahan dan penanganan komplikasi selama persalinan. Trauma pada area perineum setelah persalinan secara pervaginam sering kali dikaitkan dengan infeksi luka, yang dapat memperlambat proses penyembuhan. Insiden infeksi pada luka episiotomi di perineum dilaporkan bervariasi antara 0,1% hingga 23,6% (Nurlaila et al., 2022).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Lamdayani et al. (2022) menegaskan bahwa sub involusi tidak hanya memperpanjang masa pengeluaran lokhea, tetapi juga meningkatkan risiko perdarahan postpartum yang dapat membahayakan kesehatan ibu. Selain itu, luka perineum yang sering terjadi akibat robekan atau episiotomi selama persalinan juga menjadi sumber masalah signifikan. Rini et al. (2024) menemukan bahwa luka perineum tidak hanya menyebabkan rasa nyeri dan ketidaknyamanan, tetapi juga meningkatkan risiko infeksi yang dapat memperlambat proses penyembuhan dan memperpanjang masa pemulihan ibu nifas. Proses penyembuhan yang lambat tidak hanya berdampak pada ketidaknyamanan fisik, tetapi juga berpengaruh terhadap kondisi psikologis ibu, seperti stres dan gangguan tidur akibat rasa nyeri yang berkepanjangan.

Oleh karena itu, intervensi yang mampu mempercepat penyembuhan luka tanpa menimbulkan efek samping sangat dibutuhkan. Salah satu alternatif yang mulai banyak diteliti adalah pemanfaatan bahan alami seperti *Ananas comosus* (nanas), yang mengandung senyawa aktif bromelain dengan sifat antiinflamasi dan analgesik. Pemberian jus nanas pada ibu nifas terbukti mampu mendukung proses regenerasi jaringan dan mengurangi inflamasi, sehingga mempercepat proses penyembuhan luka perineum. Pendekatan nonfarmakologis ini tidak hanya aman dan mudah diakses, tetapi juga memberikan harapan baru dalam meningkatkan kualitas asuhan kebidanan dan kesejahteraan ibu selama masa pemulihan postpartum.

Infeksi pada masa nifas seringkali disebabkan oleh luka pada perineum. Robekan perineum yang terjadi secara spontan sulit untuk dihindari, khususnya pada ibu primipara yang menjalani persalinan normal, dengan tingkat kejadian mencapai sekitar 88,9%. Waktu penyembuhan luka laserasi perineum bervariasi, umumnya memakan waktu antara 7 hingga 10 hari, dan tidak lebih dari 14 hari. Oleh karena itu, dalam pelayanan postpartum, perhatian utama dalam asuhan kebidanan harus difokuskan pada perawatan luka perineum sebagai upaya pencegahan infeksi selama masa nifas. Perawatan luka perineum bertujuan untuk mengurangi nyeri, menjaga kebersihan, mencegah infeksi, serta mempercepat proses penyembuhan setelah persalinan (Nurlaila et al., 2022).

Selain itu, efektivitas perawatan luka perineum sangat bergantung pada metode yang digunakan serta kepatuhan ibu dalam menjalani perawatan tersebut. Pendekatan yang tepat dapat membantu meminimalkan risiko komplikasi seperti infeksi lokal, nyeri berkelanjutan, atau gangguan aktivitas harian. Salah satu bentuk perawatan yang saat ini mulai dikembangkan adalah penggunaan terapi nonfarmakologis berbasis bahan alami seperti jus *Ananas comosus* (nanas). Jus nanas mengandung enzim bromelain yang memiliki efek antiinflamasi dan proteolitik, sehingga mampu mempercepat proses regenerasi jaringan dan mengurangi inflamasi pada luka perineum. Penggunaan jus nanas sebagai terapi pelengkap dalam asuhan kebidanan tidak hanya mempercepat penyembuhan luka, tetapi juga memberikan pilihan yang

aman, terjangkau, dan mudah diaplikasikan dalam konteks pelayanan kesehatan primer, terutama di fasilitas kesehatan tingkat pertama seperti puskesmas.

Pendekatan perawatan yang efektif dan terjangkau menjadi sangat penting untuk diterapkan, terutama di fasilitas kesehatan primer seperti Puskesmas. Salah satu metode yang mulai banyak digunakan adalah pemanfaatan bahan alami seperti jus *Ananas comosus* (nanas) sebagai terapi non-farmakologis. Kandungan bromelain dalam buah nanas terbukti memiliki sifat antiinflamasi dan analgesik yang dapat membantu meredakan nyeri, mengurangi pembengkakan, serta mempercepat regenerasi jaringan pada area luka perineum. Pemberian jus nanas juga dianggap aman dan mudah diterima oleh ibu nifas, karena tidak menimbulkan efek samping serius jika dikonsumsi dalam jumlah yang wajar. Dengan demikian, integrasi terapi alami ini ke dalam asuhan kebidanan dapat menjadi strategi komplementer yang mendukung penyembuhan luka perineum secara optimal, sekaligus mencegah komplikasi infeksi yang sering terjadi pada masa nifas, terutama pada ibu dengan tingkat robekan perineum yang tinggi seperti primipara (Nurlaila et al., 2022).

Perawatan luka perineum pada ibu nifas tidak hanya difokuskan pada pemberian terapi tambahan seperti jus *Ananas comosus*, tetapi juga harus mencakup tindakan kebersihan dan perawatan lokal yang tepat. Kebersihan area perineum sangat penting untuk mencegah pertumbuhan mikroorganisme patogen yang dapat menyebabkan infeksi. Praktik higienis seperti membilas perineum dengan air hangat, mengganti pembalut secara teratur, dan menghindari penggunaan bahan iritan menjadi bagian penting dalam manajemen luka. Selain itu, pemantauan secara berkala terhadap kondisi luka, termasuk mengamati tanda-tanda inflamasi seperti kemerahan, nyeri hebat, dan keluarnya cairan abnormal, perlu dilakukan untuk mendeteksi komplikasi sejak dini (Lamdayani et al., 2022). Kombinasi antara perawatan lokal yang tepat dan dukungan terapi alami seperti konsumsi jus nanas dapat mempercepat proses penyembuhan, meningkatkan kenyamanan ibu, dan mencegah terjadinya infeksi sekunder selama masa pemulihan postpartum. Pendekatan ini juga sejalan dengan prinsip pelayanan kebidanan yang holistik, yaitu memperhatikan aspek fisik, psikologis, dan sosial ibu selama masa nifas.

Perawatan luka perineum pada ibu pascapersalinan memiliki peran penting dalam mengurangi rasa tidak nyaman, menjaga kebersihan area luka, mencegah terjadinya infeksi, serta mempercepat proses penyembuhan jahitan perineum. Selain penggunaan obat-obatan medis, alternatif alami juga banyak dipilih sebagai solusi untuk mendukung pemulihan ibu postpartum. Salah satu metode tradisional yang efektif adalah pemanfaatan jus nanas, yang dikenal memiliki kandungan enzim bromelain dengan sifat antiinflamasi dan proteolitik. Penerapan jus nanas pada luka perineum dipercaya dapat membantu mempercepat regenerasi jaringan dan mengurangi pembengkakan, sehingga proses penyembuhan menjadi lebih cepat dan optimal. Pendekatan ini tidak hanya menawarkan solusi yang lebih alami dan mudah diakses, tetapi juga memberikan pilihan perawatan yang ramah lingkungan dan minim efek samping bagi ibu setelah melahirkan (Making et al., 2022).

Selain itu, berbagai studi telah menunjukkan potensi besar enzim bromelain dalam nanas untuk mendukung proses penyembuhan luka secara efektif. Dengan sifat antiinflamasi dan proteolitiknya, bromelain mampu mengurangi pembengkakan, memar, serta rasa nyeri yang sering dialami oleh ibu pascapersalinan, khususnya pada luka perineum. Oleh karena itu, pemanfaatan jus nanas sebagai terapi pendukung tidak hanya mempercepat proses pemulihan, tetapi juga meningkatkan kenyamanan ibu selama masa nifas. Hal ini menjadikan jus nanas sebagai alternatif yang layak dipertimbangkan dalam praktik perawatan postpartum (Lamdayani et al., 2022).

Jus nanas mengandung berbagai zat penting seperti pektin, vitamin C, dan enzim bromelain yang memiliki khasiat dalam mengurangi rasa nyeri serta memperlancar sirkulasi darah, sehingga mendukung proses penyembuhan luka secara efektif. Kandungan nutrisi dan

enzim tersebut berperan aktif dalam mempercepat regenerasi jaringan dan mengurangi inflamasi pada luka, khususnya pada luka perineum yang dialami oleh ibu pascapersalinan. Dengan demikian, konsumsi jus nanas secara rutin dapat mempercepat proses penyembuhan luka perineum. Berbagai hasil penelitian juga mengonfirmasi adanya pengaruh positif jus nanas dalam mempercepat pemulihan luka perineum pada ibu postpartum, menunjukkan bahwa jus nanas dapat menjadi alternatif alami yang efektif dalam mendukung perawatan pascapersalinan.

Luka perineum yang tidak dirawat dengan tepat berpotensi memperlambat proses penyembuhan dan meningkatkan risiko terjadinya infeksi (Sari et al., 2022). Infeksi pada luka perineum umumnya ditandai dengan gejala kemerahan dan pembengkakan (Makink et al., 2022). Salah satu alternatif perawatan non-farmakologis untuk luka perineum adalah dengan pemberian jus nanas yang dapat dikombinasikan dengan madu. Nanas diketahui memiliki efek analgesik berkat kandungan enzim bromelain di dalamnya. Bromelain merupakan enzim proteolitik yang diperoleh dari buah nanas dan berperan dalam mengurangi nyeri serta mempercepat sirkulasi darah, sehingga mendukung proses penyembuhan luka. Selain bromelain, nanas juga mengandung pektin, vitamin C, mineral, antioksidan, protein, kalsium, natrium, fosfor, karoten, magnesium, karbohidrat, tiamin, dan air. Kandungan-kandungan tersebut berkontribusi sebagai antiinflamasi dan mempercepat regenerasi jaringan pada luka perineum (Rini et al., 2024).

Dengan meningkatnya angka kejadian dan risiko komplikasi, upaya pencegahan dan penanganan luka perineum serta sub involusi harus menjadi prioritas dalam pelayanan kesehatan ibu. Pendekatan multidisipliner yang melibatkan edukasi ibu, peningkatan keterampilan tenaga kesehatan, dan penggunaan terapi yang efektif dapat mempercepat proses penyembuhan dan menurunkan angka kematian ibu pascapersalinan. Oleh karena itu, penelitian dan inovasi dalam metode perawatan luka perineum selama masa nifas sangat diperlukan untuk mendukung kesehatan ibu dan menurunkan angka kematian maternal secara global.

## METODE

Penelitian ini menggunakan desain quasi eksperimental dengan pendekatan two-group post-test only design untuk mengkaji pengaruh pemberian jus nanas terhadap proses penyembuhan luka perineum pada ibu nifas. Desain ini dipilih karena memungkinkan peneliti membandingkan dua kelompok, yaitu kelompok yang menerima intervensi jus nanas dan kelompok kontrol yang tidak menerima perlakuan tersebut, tanpa melakukan pengukuran awal (pretest). Dengan demikian, fokus utama penelitian adalah mengamati perbedaan hasil penyembuhan luka setelah perlakuan diberikan. Metode ini memberikan kemudahan pelaksanaan sekaligus mengurangi potensi bias yang sering muncul pada pengukuran berulang. Penelitian dilaksanakan di UPTD Puskesmas Kemuningsari Kidul selama periode 8 Januari hingga 6 April 2025, dengan pemilihan sampel yang sesuai untuk memastikan validitas hasil penelitian. Pendekatan ini mendukung penarikan kesimpulan sebab-akibat antara pemberian jus nanas dan efektivitas penyembuhan luka perineum pada ibu nifas secara lebih akurat dan terkontrol.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu nifas dengan luka perineum yang menjalani perawatan di Puskesmas Kemuningsari Kidul. Sampel penelitian diambil secara purposive sampling dengan kriteria inklusi yaitu ibu nifas berusia kurang 17-36 tahun, mengalami luka perineum derajat I atau II, dan bersedia mengikuti penelitian selama hari ke 3 sampai ke 7 pascapersalinan. Sampel dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok intervensi yang diberikan jus nanas sebanyak 300 ml dua kali sehari dan kelompok kontrol yang menerima perawatan standar.

Variabel penelitian terdiri dari variabel bebas yaitu pemberian jus nanas (*Ananas comosus*) dan variabel terikat yaitu lama penyembuhan luka perineum yang diukur menggunakan instrumen skala REEDA (*Redness, Edema, Ecchymosis, Discharge, Approximation*). Pengumpulan data dilakukan dengan observasi langsung dan pencatatan kondisi luka perineum pada hari ke 3 dan hari ke 7 pascapersalinan. Data dianalisis menggunakan uji statistik non-parametrik Wilcoxon dan Mann-Whitney untuk mengetahui perbedaan lama penyembuhan antara kelompok intervensi dan kontrol dengan tingkat signifikansi 0,05.

## HASIL

Penelitian ini melibatkan 30 responden ibu nifas dengan luka perineum pada hari ke 3–7 di UPTD Puskesmas Kemuningsari Kidul. Responden dibagi menjadi dua kelompok berdasarkan jenis minuman yang diberikan, yaitu air putih dan jus nanas. Setiap kelompok terdiri dari 15 responden. Karakteristik responden meliputi umur, hari nifas, jenis minuman, dan kondisi luka perineum. Sebagian besar responden berada pada rentang usia 20–35 tahun (23 orang, 76,7%), sisanya berusia <20 tahun (5 orang, 16,7%) dan >35 tahun (2 orang, 6,6%). Berdasarkan hari nifas, 20 responden (66,7%) berada pada hari ke-3 dan 10 responden (33,3%) pada hari ke-4.

**Tabel 1. Distribusi Kondisi Luka Perineum Berdasarkan Umur**

| Umur (tahun) | Kondisi Luka                             |              | Kondisi Luka<br>(Basah) | Perineum<br>Abnormal |  |  |
|--------------|--|--------------|-------------------------|----------------------|--|--|
|              | Kondisi Luka Perineum Normal<br>(Kering) |              |                         |                      |  |  |
|              | n  | %            |                         |                      |  |  |
| <20          | 3  | 60%          | 2                       | 40%                  |  |  |
| 20-35        | 12                                       | 54,5%        | 10                      | 45,5%                |  |  |
| >35          | 1  | 50%          | 1                       | 50%                  |  |  |
| <b>Total</b> | <b>16</b>                                | <b>53,3%</b> | <b>13</b>               | <b>46,7%</b>         |  |  |

Hasil observasi menunjukkan perbedaan kondisi luka perineum antara kelompok yang diberikan air putih dan jus nanas. Pada kelompok jus nanas, lebih banyak responden yang mengalami luka perineum kering dibandingkan kelompok air putih.

**Tabel 2. Distribusi Kondisi Luka Perineum Berdasarkan Jenis Minuman**

| Jenis<br>Minuman | Kondisi Luka |              |           |              | Total (n) |
|------------------|--------------|--------------|-----------|--------------|-----------|
|                  | Kering (n)   | Kering (%)   | Basah (n) | Basah (%)    |           |
| Air Putih        | 6            | 40%          | 9         | 60%          | 15        |
| Jus Nanas        | 10           | 66,7%        | 5         | 33,3%        | 15        |
| <b>Total</b>     | <b>16</b>    | <b>53,3%</b> | <b>14</b> | <b>46,7%</b> | <b>30</b> |

Pada kelompok yang diberikan jus nanas, mayoritas responden (66,7%) mengalami luka perineum dalam kondisi kering, yang merupakan indikator positif dalam proses penyembuhan luka. Hanya 33,3% dari responden dalam kelompok ini yang masih mengalami luka dalam kondisi basah. Sebaliknya, pada kelompok kontrol yang hanya diberikan air putih, justru sebagian besar responden (60%) menunjukkan luka dalam kondisi basah, sementara hanya 40% yang mengalami luka kering. Perbandingan ini secara visual menunjukkan bahwa pemberian jus nanas memberikan dampak yang lebih baik terhadap proses penyembuhan luka perineum pada ibu nifas. Kondisi luka yang kering umumnya menandakan bahwa proses inflamasi mulai menurun dan fase regenerasi jaringan telah berlangsung lebih optimal.

Lebih lanjut, hasil analisis statistik menggunakan uji chi-square menghasilkan nilai  $p = 0,037$ , yang secara statistik menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara kedua

kelompok. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pemberian jus nanas berpengaruh positif terhadap percepatan penyembuhan luka perineum pada ibu nifas, khususnya pada hari ke-3 hingga ke-7 pascapersalinan. Temuan ini sejalan dengan teori mengenai kandungan bromelain dalam buah nanas, yang diketahui memiliki sifat antiinflamasi dan proteolitik, sehingga mendukung percepatan perbaikan jaringan. Intervensi ini juga menunjukkan potensi besar sebagai alternatif terapi nonfarmakologis yang alami, mudah diterapkan, dan relatif aman tanpa efek samping signifikan. Oleh karena itu, pemberian jus nanas layak dipertimbangkan sebagai bagian dari intervensi kebidanan dalam rangka meningkatkan kualitas asuhan postpartum, terutama dalam upaya mencegah infeksi dan mempercepat pemulihan luka perineum.

## PEMBAHASAN

Temuan ini menunjukkan bahwa pemberian jus nanas (*Ananas comosus*) pada ibu nifas hari ke 3–7 di UPTD Puskesmas Kemuningsari Kidul berpengaruh signifikan terhadap penyembuhan luka perineum. Hasil utama penelitian ini adalah mayoritas ibu yang diberikan jus nanas mengalami luka perineum kering (66,7%), sementara pada kelompok kontrol yang diberikan air putih, persentase luka kering hanya 40%. Uji chi-square memberikan nilai  $p = 0,037$ , menandakan perbedaan yang bermakna secara statistik antara kedua kelompok. Hasil penelitian ini memiliki kesamaan dengan penelitian terdahulu yang menyatakan bahwa jus nanas mengandung enzim bromelain yang memiliki efek antiinflamasi dan proteolitik sehingga dapat mempercepat proses penyembuhan luka (Safitri, 2022). Bromelain dalam jus nanas membantu mengurangi pembengkakan dan nyeri, serta mempercepat regenerasi jaringan, sehingga luka perineum lebih cepat kering dan sembuh. Hal ini mendukung penggunaan terapi alami sebagai alternatif atau pelengkap perawatan luka perineum pada ibu nifas.

Distribusi kondisi luka perineum berdasarkan umur juga menunjukkan pola yang konsisten, di mana kelompok umur <20 tahun memiliki persentase luka kering tertinggi (60%), diikuti oleh kelompok 20–35 tahun (54,5%) dan >35 tahun (50%). Meskipun perbedaan ini tidak signifikan secara statistik, data ini memberikan gambaran bahwa penyembuhan luka perineum tidak hanya dipengaruhi oleh intervensi tetapi juga faktor usia. Penelitian lain juga menyatakan bahwa usia ibu dapat memengaruhi proses penyembuhan luka karena perbedaan kondisi fisiologis dan daya tahan tubuh (Rini et al., 2023). Kontribusi utama dari penelitian ini adalah memberikan bukti empiris bahwa jus nanas dapat menjadi pilihan terapi nonfarmakologis yang efektif untuk mempercepat penyembuhan luka perineum pada masa nifas. Hal ini penting untuk pengembangan praktik kebidanan yang lebih holistik dan ramah lingkungan, serta dapat meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan ibu pascapersalinan. Selain itu, penggunaan jus nanas sebagai terapi alami juga berpotensi mengurangi penggunaan obat-obatan kimia yang mungkin memiliki efek samping.

Namun, penelitian ini memiliki keterbatasan, antara lain jumlah sampel yang relatif kecil dan waktu pengamatan yang terbatas pada hari ke 3–7 pascapersalinan. Penelitian selanjutnya disarankan untuk melibatkan sampel yang lebih besar dan periode observasi yang lebih panjang agar dapat mengevaluasi efek jangka panjang pemberian jus nanas terhadap penyembuhan luka perineum. Selain itu, penelitian lebih lanjut juga dapat mengeksplorasi dosis optimal dan cara pemberian jus nanas yang paling efektif. Secara keseluruhan, hasil penelitian ini memperkuat pemahaman tentang manfaat jus nanas dalam mempercepat penyembuhan luka perineum dan memberikan dasar ilmiah untuk mengintegrasikan terapi alami dalam asuhan kebidanan masa nifas. Implikasi praktisnya adalah tenaga kesehatan dapat mempertimbangkan pemberian jus nanas sebagai bagian dari protokol perawatan luka perineum untuk meningkatkan hasil kesehatan ibu.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, dapat disimpulkan bahwa pemberian jus nanas (*Ananas comosus*) terbukti memiliki pengaruh yang signifikan dalam mempercepat penyembuhan luka perineum pada ibu nifas hari ke-3 hingga ke-7 di UPTD Puskesmas Kemuningsari Kidul. Ibu nifas yang diberikan jus nanas menunjukkan proporsi luka yang lebih cepat mengering dibandingkan dengan kelompok kontrol yang hanya mengonsumsi air putih. Analisis statistik menunjukkan nilai  $p = 0,037$ , yang menandakan adanya perbedaan yang signifikan secara statistik antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol. Hasil ini memperkuat bukti mengenai efektivitas kandungan aktif dalam buah nanas, khususnya enzim bromelain, yang dikenal memiliki sifat antiinflamasi, antinyeri, dan proteolitik. Senyawa-senyawa bioaktif dalam jus nanas bekerja dengan cara mempercepat perbaikan jaringan yang rusak, meningkatkan sirkulasi darah di area luka, serta mengurangi peradangan dan nyeri, sehingga mempercepat proses penyembuhan luka perineum pascapersalinan.

Secara klinis, temuan ini menunjukkan bahwa terapi jus nanas dapat menjadi pendekatan nonfarmakologis yang alami, aman, dan mudah diterapkan, terutama dalam situasi dengan keterbatasan akses terhadap perawatan medis intensif. Meskipun demikian, efektivitas jus nanas yang terbukti pada fase awal masa nifas (hari ke-3 sampai ke-7) ini masih terbatas pada ibu dengan luka ringan hingga sedang, sehingga tidak dapat digeneralisasi untuk semua kondisi luka perineum, khususnya yang lebih berat. Oleh karena itu, penelitian lanjutan sangat diperlukan untuk menguji efektivitasnya pada skala yang lebih luas, termasuk durasi penyembuhan jangka panjang, dosis optimal, serta pengaruhnya terhadap jenis luka yang lebih kompleks. Selain itu, aspek keamanan penggunaan jangka panjang serta kemungkinan efek samping juga penting untuk dikaji secara lebih mendalam.

Secara praktis, kontribusi utama dari penelitian ini adalah pengenalan alternatif pengobatan yang murah, mudah didapat, serta ramah lingkungan bagi ibu nifas dalam merawat luka perineum. Temuan ini dapat memberikan nilai tambah dalam praktik pelayanan kebidanan, terutama dalam pengembangan intervensi berbasis herbal yang mendukung pemulihan ibu secara cepat dan alami. Integrasi terapi alami seperti jus nanas ke dalam protokol pelayanan kesehatan maternal berpotensi meningkatkan kualitas asuhan kebidanan dan mengurangi risiko komplikasi infeksi pada ibu nifas. Selain itu, temuan ini turut memperkaya literatur ilmiah dalam bidang kesehatan reproduksi dan menjadi dasar bagi inovasi berkelanjutan dalam pendekatan holistik perawatan pascapersalinan.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Peneliti menyampaikan terimakasih atas dukungan, inspirasi dan bantuan kepada semua pihak dalam membantu peneliti menyelesaikan penelitian ini, termasuk pada peserta yang telah bersedia berpartisipasi dalam penelitian hingga selesai.

## DAFTAR PUSTAKA

- Annisa, Mutmainnah. , H. Johan. , S. S. Llyod. ,. (2021). *Asuhan Persalinan Normal dan Bayi Baru Lahir*. Andi.
- Astuti, E. (2021). Rangsangan Papilla Mammea Mempercepat Persalinan Kala III di Praktek Mandiri Bidan Afah Fahmi Surabaya. *Jurnal Kebidanan*, 2(10), 1–11.
- Bilqis, I. F. W. A., Rahayu, D. E., & Koekoeh, H. (2021). *The Effect of Nipple Stimulation On Uterine Contractions In Active Phase I Labor At Aura Syifa Hospital*. *Jurnal Rejekwesi*, 12(2), 20–23. <http://jurnal.poltekkes-solo.ac.id/index.php/Int/article/view/2>

- Fajriah, W., & Fadilah, L. N. (2022). Pengaruh Nipple Stimulation Terhadap Kemajuan Persalinan Pada Ibu Primipara. *Jurnal Kesehatan Siliwangi*, 3(1), 142–153. <https://doi.org/10.34011/jks.v3i1.1227>
- Hakameri, C. S., Irianti, B., Andriyani, R., Husanah, E., & Juliarti. Widya. (2020). Buku Ajar Asuhan Kebidanan Persalinan dan Bayi Baru Lahir.
- Hartati, S. (2020). Efektifitas reflek puting mammae (RPM) Pada Ibu Bersalin Kala IV Dengan Perdarahan Postpartum di Klinik Prayama Jambu Mawar Pekanbaru. *Excellent Midwifery Journal*, 1(2), 47–51.
- Hastutining Fitri, D., & Umarianti, T. (2023). Efektifitas Kompres Hangat Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Persalinan Kala 1 Fase Aktif. *Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 13(4), 1189–1200. <http://journal.stikeskendal.ac.id/index.php/PSKM>
- Kemenkes RI. (2022). *Kategori Usia*. <Https://Ayosehat.Kemkes.Go.Id/Kategori-Usia>.
- Kementerian Kesehatan RI. (2024, January 25). *Agar Ibu dan Bayi Selamat*. <Https://Sehatnegeriku.Kemkes.Go.Id/Baca/Blog/20240125/3944849/Agar-Ibu-Dan-Bayi-Selamat/>.
- Kristianingrum, D. Y. (2020). Pengaruh Rangsangan Puting Susu Dengan Pembukaan Serviks Pada Persalinan Kala 1 Fase Aktif. *Jurnal Kebidanan*, 10(1), 51–56.
- Lamdayani, R., Soleha, M., & Siska. (2022). Pengaruh Pemberian Jus Nanas (Ananas Comosus) Terhadap Percepatan Penurunan Tinggi Fundus Uteri Pada Ibu Nifas Dipmb Husniyati Palembang. *Jurnal Kesehatan Abdurahman Palembang*, 11(2).
- Making, M. A., Gultom, A. B., Rosaulina, M., Toru, V., & Banase, E. F. (2022). *Perawatan Luka dan Terapi Komplementer* (A. Munandar, Ed.). Media Sains Indonesia.
- Nurlaila, N., Nurchairina, N., & Mirah Widhi Sastri, I. (2022). *The Effectiveness of Consumption of Pineapple Juice and Honey on Healing Perineal Wounds in Post Partum Mothers*. *Jurnal Kesehatan Metro Sai Wawai*, 15(1). <https://doi.org/10.26630/jkm.v14i1.3327>
- Rini, M. fajar, Shofiyah, S., & Kusumawardani, E. (2024). Pengaruh Pemberian Jus Nanas dan Madu Terhadap Penyembuhan Luka Perineum Pada Ibu Nifas. *Jurnal Kebidanan*, 14(2), 2580–4774.
- Safitri, N. (2022). *Asuhan Keperawatan Pada Pasien Dengan Gangguan Sistem Reproduksi: Pada Ibu Post Partum Dengan Pengaruh Jus Nanas Terhadap Proses Penyembuhan Luka Pada Perineum*. Universitas Aalfa Royhan.
- Sari, B. S. P., Choirunissa, R., & Silawati, V. (2022). Pengaruh Jus Nanas terhadap Lama Penyembuhan Luka Perineum Pada Ibu Nifas Di BPM Nurmala Dewi, S.ST Bandar Lampung. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 14(1), 127–135. <https://doi.org/10.37012/jik.v14i1.277>